

**DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN
PERSONAL (PTP)
Módulo 1**

1. Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

_incertidumbre al no saber si va a funcionar, estrés y al final satisfacción por los resultados obtenidos

2. ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

_al ser consciente de mi estado de ánimo, el reconocer mis propias emociones y trabajar en ellas

3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

La mayoría de las veces minimizamos las emociones y sus repercusiones en nuestra intervención docente, apoyar a los alumnos al manejo efectivo de las emociones logran un vínculo emocional

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

_más que un proyecto me gustaría que se convirtiera en una rutina

5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



al terminar el recreo los alumnos se reúnen en el patio cívico

Se realizan cantos o rondas para retomar la atención

Se pide que sentados sientan su corazón y respiren al ritmo de música relajante

Se les da la libertad de recostarse y cerrar los ojos

-los alumnos practican la calma después del recreo donde experimentan altos niveles de euforia, para poder regresar a sus aulas y continuar con la jornada

RÚBRICA PTP M1

Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales que generaron las actividades.					
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.					
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.					
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					